

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	4
C. Tujuan penelitian .....	4
1. Tujuan Umum .....	4
2. Tujuan Khusus .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Struktur Organisasi Skripsi.....	5
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
A. Pengetahuan Gizi .....	9
1. Materi Gizi .....	9
B. Remaja dan Gizi Remaja .....	12
1. Pengertian Remaja.....	12
2. Gizi Remaja.....	16
C. Pola Makan Remaja.....	17
1. Jenis Makanan .....	18
2. Frekuensi Makan .....	19
D. Kebiasaan Makan .....	19
E. Makanan Cepat Saji.....	20
1. Pengertian Makanan Cepat Saji .....	20
2. Jenis-jenis Makanan Cepat Saji .....	22
3. Kandungan Gizi Makanan Cepat Saji .....	25
4. Dampak Makanan Cepat Saji.....	26
F. Metode Penilaian Kebiasaan Makan .....	28
G. Penelitian Terdahulu.....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
A. Desain Penelitian .....	32
B. Partisipan .....	32
C. Populasi dan Sampel .....	33
D. Instrumen Penelitian.....	33
E. Prosedur Penelitian.....	35
F. Analisis Data Penelitian.....	35
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>39</b>
A. Pengolahan Data dan Analisis Data .....	40

1. Pengetahuan Gizi Mahasiswa .....	40
2. Frekuensi Kebiasaan Makan Responden .....	43
a. Frekuensi Kebiasaan Sarapan Pagi .....	44
b. Frekuensi Hidangan Sarapan Yang Paling Sering Dikonsumsi .....	44
c. Frekuensi Kebiasaan Makan Siang Mahasiswa.....	46
d. Frekuensi Kebiasaan Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	47
e. Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> Modern.....	47
f. Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> Lokal.....	50
g. Frekuensi Kebiasaan Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	53
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	55
1. Pengetahuan Gizi Mahasiswa .....	56
2. Kebiasaan Makan Mahasiswa .....	57
<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI.....</b>	<b>60</b>
A. Simpulan .....	60
B. Implikasi .....	60
C. Rekomendasi .....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Partisipan Penelitian .....	32
Tabel 4.1 Pengetahuan Responden Mengenai Pengertian dan Fungsi Zat Gizi.....	41
Tabel 4.2 Pengetahuan Responden Mengenai Kebutuhan Zat Gizi .....	42
Tabel 4.3 Pengetahuan Responden Mengenai Bahan Makanan Sumber Zat Gizi ..	42
Tabel 4.4 Pengetahuan Responden Mengenai Menu Seimbang .....	43
Tabel 4.5 Sebaran Jenis Hidangan Sarapan Yang Paling Sering Dikonsumsi .....	45
Tabel 4.6 Sebaran Frekuensi Kebiasaan Makan Siang .....	46
Tabel 4.7 Sebaran Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> Modern.....	48
Tabel 4.8 Sebaran Frekuensi Konsumsi Minuman Cepat Saji (Modern) .....	49
Tabel 4.9 Sebaran Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> Lokal .....	50
Tabel 4.10 Sebaran Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> Lokal (Minuman) .....	52
Tabel 4.11 Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> Pada Mahasiswa.....	54
Tabel 4.12 Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> (Jenis-jenis Makanan) Modern .....	54
Tabel 4.13 Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> (Minuman) Modern.....	54
Tabel 4.14 Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> (Jenis-jenis Makanan) Lokal .....	55
Tabel 4.15 Frekuensi Konsumsi <i>Fast Food</i> (Minuman) Lokal.....	55

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Sebaran Usia Sampel .....	39
Gambar 4.2 Pengetahuan Gizi Mahasiswa.....	40
Gambar 4.3 Frekuensi Kebiasaan Sarapan Pagi.....	44
Gambar 4.4 Sebaran Frekuensi Kebiasaan Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	47

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	63
Lampiran 2. Instrumen Penelitian .....	65
Lampiran 3. Dokumentasi Penelitian.....	70
Lampiran 4. Surat Pengajuan Judul Skripsi .....	71
Lampiran 5. Lembar Pengesahan Seminar Proposal (judul).....	72
Lampiran 6. Lembar Pengesahan Seminar Desain Skripsi .....	73
Lampiran 7. Lembar Pengesahan Ujian Sidang .....	74
Lampiran 8. Surat Rekomendasi Sidang Skripsi .....	75
Lampiran 9. SK Pembimbing .....	79
Lampiran 9. Biodata Penulis .....	85